



SKRIPSI

**UPAYA MENINGKATKAN KEMAMPUAN SERVIS BAWAH
BOLA VOLI MELALUI PEMBELAJARAN KEBUGARAN
JASMANI DENGAN MATERI KEKUATAN OTOT LENGAN
PADA SISWA-SISWI KELAS VII MTs. AL- IKHLAS JAYALOKA
KABUPATEN MUSI RAWAS.**

**Diajukan Untuk Memenuhi Sebagai Syarat Memperoleh Gelar Sarjana
Pendidikan Pada Program Sarjana Kependidikan Bagi Guru Dalam
Jabatan Penjaskes FKIP Universitas Bengkulu**

OLEH :

Nama : ZULHAJJI

NPM : 1313912025

**PROGRAM SARJANA KEPENDIDIKAN
BAGI GURU DALAM JABATAN
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS BENGKULU 2014**

ABSTRAK

ZULHAJJI 2014: Upaya Meningkatkan Kemampuan Servis Bawah Bola Voli Melalui Pembelajaran Kebugaran Jasmani Dengan Materi Kekuatan Otot Lengan Pada Siswa Kelas VII MTs Al Ikhlas Jayaloka. **Skripsi Program Sarjana Kependidikan Bagi Guru Dalam Jabatan, Universitas Bengkulu.**

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan aktivitas servis bawah bola voli Melalui Pembelajaran Kebugaran Jasmani Dengan Materi Kekuatan Otot Lengan. Peneliti menggunakan metode penelitian tindakan (*action reseach*), sehingga diharapkan siswa dapat meningkatkan kemampuan dan menguasai materi dalam pembelajaran servis bawah bola voli. Penelitian ini menggunakan 2 siklus. Pada siklus I nilai yang di peroleh belum mencapai 80% peningkatan dalam kategori baik. Nilai yang di peroleh pada tes siklus I adalah sangat buruk = 4.7% (1 siswa), buruk = 14.29% (3 siswa), cukup = 61.97% (13 siswa), baik = 19.04% (4 siswa). Pada siklus II nilai yang di peroleh meningkat sampai 61.97% (13 siswa) dalam kategori baik. Nilai yang diperoleh pada siklus II sangat buruk 0%, buruk = 4,8% (1 siswa) cukup = 14.29% (3 siswa), baik = 80.91% (17 siswa). Nilai standar servis bawah bola voli yang di peroleh siswa sudah banyak mencapai kategori baik yakni 80.91% (17 siswa).

Kata Kunci : Kekuatan dan servis bawah

ABSTRACT

ZULHAJJI 2014: *The effort to increase the capability of bottom volley ball service by the study of freshness with the subject of arms MTs Al-Ikhlas Jayaloka. The theses is to full fill the scholarship Of teacher training Program University of Bengkulu.*

The goal of this research is to increase the capability for bottom service activity volley ball sport using the subject of muscles hand power (Holded, hanging elbow). The researcher using action research method, so it is that all students can be able to increase their ability to gain the materials in the sudy of bottom volley ball service. This research uses two stages at the first stage the scores obtained do not reach 80% yet, the increasment to be good category. The score got at the first test are very bad that is 4.7% (1 Sudent), Bad 14.29% (3 sudent), enough 61.97% (13 student), good 19.04% (4 Sudent). At the second stage the scores obtained tend to increase that is 61.97% (13 siswa) are good category. The scores got the second. Are very bad that is 0% (0 student), to be bad that is 4.8% (1 student), enough 14.29% (3 student), good 80.91% (17 student). The standard scores of bottom volley ball sport obtained have been good category that is 80.91%.

Key word : The Strenght and bottom volley ball service

LEMBAR PERNYATAAN

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa Skripsi yang saya susun sebagai syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan dari Program Sarjana Kependidikan Bagi Guru Dalam Jabatan (Program SKGJ) Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Bengkulu, seluruhnya merupakan hasil karya saya sendiri.

Adapun bagian-bagian tertentu dalam penulisan Skripsi yang saya kutip dari hasil karya orang lain, telah dituliskan sumbernya secara jelas sesuai norma, kaidah, dan etika penulisan ilmiah.

Apabila dikemudian hari ditemukan seluruh atau sebagian skripsi ini bukan hasil karya saya sendiri, atau adanya plagiat dalam bagian-bagian tertentu, saya bersedia menerima sanksi pencabutan gelar akademik yang saya sandang dan sanksi-sanksi lainnya sesuai peraturan perundang-undangan yang berlaku.

Musi Rawas, 24 Januari 2014

ZULHAJJI

MOTO DAN PERSEMBAHAN

Motto : **Hidup adalah perjuangan maka,
 Bekerjalah kamu seolah-olah akan hidup selamanya dan,
 Berkaryalah kamu seolah olah akan mati esok hari.**

Kupersembahkan karya ini untuk :

- ❖ **Ayah dan emak serta mertuaku tercinta yang selalu mendo'akan dan mendorong diriku untuk menyelesaikan perkuliahan ini (Semoga selalu dilimpahkan rahmat dan hidayah dari ALLAH SWT, Amin).**
- ❖ **Istriku tercinta yang tanpa lelah menemaniku dan mendampingi serta berusaha mencari dana demi kelancaran perkuliahanku.**
- ❖ **Yuk Butet dan kak Handoko, Bang Ucok dan yuk halimah, Bang Yusnan dan yuk Emi, Ummu Habibah dan Agus wibowo, Fitri dan didin, yang selalu memberikan bantuan pada diriku.**
- ❖ **Keponakanku yang menjadi motivasi diriku, Fadillah, Fifin, Fahri, izzah, Fariz, dea, Anggi, Vito, Vino.**
- ❖ **Rekan rekan satu angkatan di PSK-GJ'14, terkhusus Bpk. Sukardi S.Pd dan Bpk Siman S.Pd atas jasa dan sarannya, sehingga penulis bisa sampai menyelesaikan perkuliahan ini. (Semoga selalu dilimpahkan rahmat dan hidayah dari ALLAH SWT, Amin).**
- ❖ **Almamater yang kubanggakan.**

KATA PENGANTAR

Bismillahirrohmannirohim, dengan memanjatkan puji syukur kehadiran ALLAH SWT, yang telah memberikan rahmat dan hidayah-NYA kepada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan proposal skripsi ini dengan judul “ **UPAYA MENINGKATKAN KEMAMPUAN SERVIS BAWAH BOLA VOLI MELALUI PEMBELAJARAN KEBUGARAN JASMANI DENGAN MATERI KEKUATAN OTOT LENGAN PADA SISWA / I KELAS VII MTs. AL-IKHLAS JAYALOKA KABUPATEN MUSI RAWAS.** “

Adapun penyusunan skripsi ini merupakan salah satu bagian dari salah satu persyaratan oleh seorang mahasiswa untuk dapat menyelesaikan perkuliahan, sehingga mendapatkan gelar S1 Penjaskes di Universitas Bengkulu.

Dalam penyusunan skripsi ini penulis mendapatkan banyak bantuan dari banyak pihak oleh karena itu pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih atas bantuan dan dukungannya kepada :

- ❖ Rektor Universitas Bengkulu Dr. Ridwan Nurazi. M.Sc.Akt yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk mengikuti perkuliahan ini.
- ❖ Prof. Dr. Rambat Nur Sasongko, M.Pd, Selaku Dekan FKIP Universitas Bengkulu, yang telah memberikan kesempatan kepada

penulis untuk mengikuti perkuliahan ini.

- ❖ Bapak Dr. I. Wayan Dharmayana, M.Pd, selaku ketua Program PSKGJ, yang telah memberikan arahan dan bimbingan.
- ❖ Bapak Drs. Dian Pujiyanto S.Pd Jas M.Or selaku pembimbing 1 yang telah membimbing dan membantu penulis dalam penyusunan skripsi.
- ❖ Bapak Drs. Sugiyanto M.Pd selaku pembimbing 2 yang telah membimbing dan membantu penulis dalam penyusunan skripsi ini.
- ❖ Dra. Marsenani, Pengelola Program Sarjana S-1 kependidikan Bagi Guru Dalam Jabatan FKIP Universitas Bengkulu, yang telah membantu penulis dalam pengurusan perkuliahan selama ini.
- ❖ Bapak Ali Amsir Nasution selaku Kepala Madrasah Tsanawiyah Al-ikhlas Jayaloka serta rekan rekan guru yang telah membantu penyusunan skripsi ini.

Atas bantuan yang telah diberikan penulis mengucapkan terima kasih. Penulis menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini masih banyak terdapat kesalahan dan kekurangan, oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran dari semua pihak.

Musi Rawas, 24 Januari 2014

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
ABSTRAK.....	iv
ABSTRACT.....	v
LEMBAR PERNYATAAN.....	vi
LEMBAR PERSEMBAHAN.....	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv

BAB I. PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	4
C. Pembatasan Masalah.....	5
D. Rumusan Masalah.....	5
E. Tujuan Penelitian.....	5
F. Manfaat Penelitian.....	5

BAB II. TINJAUAN PUSTAKA

A. Landasan teoritis.....	7
B. Teori rancangan Alternatif.....	14
C. Kerangka Berpikir.....	14
D. Hipotesis.....	16
BAB III. METODE PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian.....	17
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	17
C. Subjek Penelitian.....	18
D. Prosedur Penelitian Tindakan.....	18
E. Instrumen Penelitian.....	24
F. Tehnik Pengumpulan data.....	30
G. Tehnik Analisa Data.....	31
H. Indikator Keberhasilan.....	33
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian.....	34
B. Pembahasan.....	47
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan.....	50
B. Saran.....	50
DAFTAR PUSTAKA.....	52

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Lembar Observasi Aktifitas Guru.....	27
Tabel 2. Lembar Observasi Aktifitas Siswa.....	28
Tabel 3. Lembar Observasi Proses Keterampilan siswa.....	29
Tabel 4. Lembar Kategori Penilaian.....	30
Tabel 5. Lembar Data Tes Penelitian Tes Siklus I.....	35
Tabel 6. Lembar Penguasaan Tehnik Servis Bawah Bola Voli.	38
Tabel 7. Lembar Pengamatan Akitfitas Guru dan Siswa.....	39
Tabel 8. Lembar Data Tes Penelitian Tes Siklus II.....	43
Tabel 9. Penguasaan tehnik Servis Bawah Bola Voli Siklus II.	45
Tabel 10. Lembar Pengamatan Aktifitas Guru dan Siswa.....	46

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Persiapan Pada Servis Bawah.....	8
Gambar 2. Lapangan Bola Voli.....	10
Gambar 3 Jaring Net Dalam Permainan Bola Voli.....	11
Gambar 4. Bola Voli.....	12
Gambar 5. Kerangka konseptual penelitian.....	16
Gambar 6. Model Penelitian Tindakan Kelas.....	19
Gambar 7. Lapangan Untuk Tes Servis Bawah Bola Voli.....	26
Gambar 8. Grafik Hasil Tes Penelitian Siklus I.....	37
Gambar 9. Grafik Hasil Tes Penelitian Siklus II.....	44

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Keterangan izin penelitian MTs Al-Ikhlas Jayaloka.....	53
Lampiran 2. Lembar Observasi Servis Bawah Bola Voli.....	54
Lampiran 3. Lembar Penilaian dan Kategori.....	62
Lampiran 4. Data Hasil Penelitian Siklus I Kemampuan Servis Bawah Bola Voli Siswa/I Kelas VII MTs Al-Ikhlas Jayaloka...	63
Lampiran 5. Persentase Nilai Siswa Siklus I.....	64
Lampiran 6. Lembar observasi Aktifitas Guru Siklus I.....	65
Lampiran 7. Lembar observasi Aktifitas Siswa Siklus I.....	66
Lampiran 8. Data Hasil Penelitian Siklus II Kemampuan Servis Bawah Bola Voli Siswa/I Kelas VII MTs Al-Ikhlas Jayaloka...	67
Lampiran 9. Persentase Nilai Siswa Siklus II.....	68
Lampiran 10. Lembar observasi Aktifitas Guru Siklus II.....	69
Lampiran 11. Lembar observasi Aktifitas Siswa Siklus II.....	70
Lampiran 12. Foto Pelaksanaan Penelitian.....	71
Lampiran 13. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP).....	77
Lampiran 14. Ketentuan Ketetapan KKM.....	85
Lampiran 15. Analisa Penetapan KKM.....	87
Lampiran 16. Daftar Riwayat Hidup.....	89

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Permainan bola voli semakin berkembang terutama pada tahun – tahun terakhir ini, sejalan dengan perkembangan permainan ini ikut pula berkembang metode metode melatih baru dengan kombinasi teknik baru yang lebih efektif dan efisien. Begitu banyak Negara yang sebelumnya tidak di perhitungkan prestasinya saat ini dapat menghasilkan tim yang kompak dan cukup disegani,hal ini di sebabkan karena tiap-tiap tim mampu memanfaatkan potensi yang ada secara optimal. Potensi tim meliputi dalam group dan potensi yang dimiliki setiap pemain.

Untuk memaksimalkan potensi yang ada pada setiap atlit maka pembinaan kondisi fisik atlit dalam suatu pertandingan harus optimal , berkenaan dengan ini Harsono (1988:154) mengemukakan yang harus di perhatikan, “dalam *Pra-season* , yaitu musim latihan jauh sebelumnya pertandingan berbagai komponen kondisi fisik haruslah dilatih agar pada waktu atlit memasuki musim latihan berikut yaitu *early* dan *mead season*, dia sudah mencapai kondisi fisik “.

Permainan bola voli terdapat tehnik dasar yang meliputi *servis*, *passing*,*smash*,*block*. Dari tehnik teknik tersebut biasanya teknik servis yang harus di kuasai oleh suatu regu bola voli karena servis mempunyai potensi

besar dan menghasilkan *point* untuk meraih kemenangan. “ Faruq (2009:70) mengemukakan bahwa “ Satu tim harus selalu siap untuk mengadakan penyerangan guna memperoleh nilai yang di inginkan.

Melakukan teknik servis dengan baik merupakan hal yang sangat penting untuk menghasilkan *point*, karena servis yang tidak efektif akan mengakibatkan kekalahan bagi sebuah tim bola voli. Pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani dalam kegiatan di sekolah perlu ditingkatkan guna untuk menjawab keraguan dan kegelisahaan masyarakat sebagai orang tua terhadap relevansi materi pendidikan jasmani di sekolah. Namun sering terjadi proses pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah, hasilnya tetap tidak optimal. Hal ini mungkin dikarenakan kemungkinan gerak siswa yang rendah.

Proses pembelajaran bola voli di MTs AL IKHLAS Jayaloka diselenggarakan dalam dua jenis kegiatan intrakulikuler dan ekstrakulikuler, kegiatan tersebut tidak dapat dipisahkan dalam proses pembelajaran bertujuan mengembangkan intelektual, sikap atau keterampilan secara optimal. Olahraga bola voli dimainkan oleh dua tim dimana tiap tim beranggotakan dua sampai enam orang dalam suatu lapangan dan kedua tim dipisahkan oleh sebuah net. Tujuan utama dari setiap tim adalah memukul bola kearah bidang lapangan musuh sedemikian rupa agar lawan tidak dapat mengembalikan bola.

“Hal ini biasanya dapat dicapai lewat kombinasi tiga pukulan yang

terdiri dari operan lengan depan kepada pengumpan, yang selanjutnya diumpankan kepada penyerang, dan sebuah *spike* yang diarahkan ke bidang lapangan lawan” Barbara (1996:02). Demikian pemain voli mutlak perlu menguasai teknik servis bola voli secara baik. Tehnik servis bola voli dipengaruhi faktor kesehatan dan faktor keterampilan. Kedua faktor tersebut sangat mempengaruhi peningkatan gerakan. Menurut Nurhasan (2001:168) “unsur-unsur dalam keterampilan antara lain kecepatan, Kekuatan, kelincahan, koordinasi, dan kecepatan reaksi”.

Berdasarkan peneliti dan informasi yang didapat dari guru bidang studi pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan, persoalan yang dihadapi di MTs AL IKHLAS Jayaloka pada saat sekarang ini banyak siswa/i yang tidak memiliki keterampilan teknik melakukan servis bawah bola voli, salah satu yang terjadi pada siswa/i kelas VII. Dari 21 siswa terdapat beberapa siswa/i yang memiliki keterampilan dalam melakukan servis bawah bola voli yang sangat kurang. Sering sekali terjadi kesalahan pada saat melakukan servis bawah bola voli sehingga bola tidak dapat melampaui net, sehingga siswa tidak dapat melakukannya secara maksimal.

Hal-hal yang seperti di atas yang kini menjadi permasalahan bagi siswa MTs AL IKHLAS Jayaloka. Padahal beberapa tahun yang lalu di MTs AL IKHLAS Jayaloka memiliki tim yang handal dalam mengikuti pertandingan persahabatan antar siswa di sekolah lingkungan terdekat, serta beberapa kali siswa mengikuti pertandingan tingkat kabupaten, Hingga ketingkat Provinsi

Sumatera Selatan. Berdasarkan uraian yang dijelaskan tersebut, maka dalam hal ini penulis akan mencoba meneliti mengenai keterkaitan latihan peningkatan kekuatan tangan dan daya tahan yaitu angkat tubuh dengan kemampuan melakukan servis bawah bola voli. Oleh karena itu dalam penelitian ini penulis tertarik melakukan penelitian dengan judul: “Upaya Meningkatkan Kemampuan Servis Bawah Bola Voli Melalui Pembelajaran Kebugaran Jasmani Materi Kekuatan Otot Lengan Pada Siswa Kelas VII MTs AL IKHLAS Jayaloka”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka ditemukan masalah sebagai berikut :

1. pada permainan bola voli, ternyata sebagian besar dari siswa - siswi kelas VII MTs Al-ikhlas belum menguasai tehnik tersebut.
2. pembelajaran tehnik servis bawah di Sekolah Dasar sebelumnya belum dilaksanakan dengan maksimal.
3. Hasil tes awal pada siswa/i kelas VII MTs Al Ikhlas Jayaloka ditemukan dari 21 siswa hanya beberapa siswa yang mampu melakukan tehnik servis bawah.
4. Media pembelajaran praktek Servis bawah belum maksimal diberikan Kepada siswa - siswi saat masih di kelas VI Sekolah Dasar. Dan tehnik latihan yang diberikan belum maksimal dan kurang menarik bagi para siswa –siswi didik.

C. Pembatasan Masalah

Agar masalah tidak terlalu meluas serta menyimpang dari sasaran yang sebenarnya karena keterbatasan waktu, dana, serta tenaga, maka pembatasan masalah dalam penelitian ini hanya difokuskan pada “Upaya Meningkatkan Kemampuan Servis Bawah Bola Voli Melalui Pembelajaran Kebugaran Jasmani Materi Kekuatan Otot Lengan (Gantung Siku Tekuk) Pada Siswa/i Kelas VII MTs AL IKHLAS Jayaloka”.

D. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: “Apakah melalui Pembelajaran Kebugaran Jasmani Materi Kekuatan Otot Lengan (Gantung Siku Tekuk) dapat meningkatkan tehnik dasar servis bawah bola voli siswa/i kelas VII MTs Al Ikhlas Jayaloka ?”.

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan pada latar belakang dan rumusan masalah yang telah diuraikan tersebut, maka tujuan yang hendak dicapai dalam penelitian ini adalah: “untuk mengetahui apakah melalui Pembelajaran Kebugaran Jasmani Materi Kekuatan Otot Lengan (Gantung Siku Tekuk) dapat meningkatkan kemampuan servis bawah bola voli pada siswa kelas VII MTs AL IKHLAS Jayaloka’.

F. Manfaat Penelitian

Dalam penelitian ini, manfaat yang ingin dicapai adalah sebagai berikut:

1. Bagi guru penjasokes sebagai kontribusi untuk mengembangkan gerak dasar servis bawah bagi siswa yang menggemari bola voli.
2. Bagi Pelatih sebagai acuan untuk menyusun program latihan khususnya melatih berbagai teknik dasar servis bawah bola voli.
3. Sebagai mahasiswa hasil penelitian diharapkan menjadi masukan.
4. informasi, serta umpan balik bagi proses pembelajaran (referensi kepustakaan) dan memberikan sumbangan pemikiran terhadap penelitian yang akan datang.
5. Untuk siswa/I dapat meningkatkan kemampuan dasar servis bawah dan dapat meningkatkan prestasi atau nilai siswa.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. LANDASAN TEORITIS

1. Konsep Permainan Bola Voli

Menurut “ Morgan yang dikutip oleh Viera (1996:01) ”menemukan sebuah permainan bernama mintonette dalam usahanya memenuhi keinginan para pengusaha lokal yang menganggap permainan bola basket terlalu menghabiskan banyak tenaga dan kurang menyenangkan”. Pada tahun 1896 nama permainan ini diubah oleh “Alfred, yang setelah menyaksikan permainan ini mengingat ciri permainan ini yang dimainkan dengan melambungkan bola sebelum bola tersebut menyentuh tanah (*volleying*)”Barbara, dkk “1996:01).

Seiring dengan upaya penyempurnaan permainan agar lebih menarik, maka unsur-unsur dalam permainan bola voli mengalami perubahan. Dalam sejarahnya, perkembangan permainan bola voli menyangkut empat hal pokok, yaitu (1) *tehnik*, (2) *peraturan permainan*, (3) *sarana dan perlengkapan*, dan (4) *bentuk permainan* “Ma'mun dkk.(2001:35).” Olahraga bola voli sebagai bagian dari mata rantai materi pendidikan jasmani. Bila kita kategorikan maka olahraga bola voli masuk kedalam olahraga yang bercirikan permainan. Dengan demikian, maka sekali lagi dapat kita tegaskan bahwa permainan bola voli memiliki banyak unsur atau nilai yang bermakna dan berpeluang Bagi guru terhadap pengembangan berbagai potensi

yang ada pada diri individu kearah yang dicita-citakan. Sekolah merupakan lembaga penyelenggara pendidikan formal, memasukan pendidikan jasmani dan kurikulumnya, karena sekolah menyadari bahwa penyelenggara pendidikan jasmani secara teratur dan benar memberikan sumbangan terhadap pembentukan individu yang mengalami pendidikan baik fisik, mental maupun sosial. Penyelenggaraan pendidikan jasmani di sekolah memiliki tujuan jelas yaitu menciptakan dan menyediakan satu situasi yang dapat membantu keseimbangan perkembangan intelektual, fisik,moral,dan estetika.

“Melalui sekolah dan pelajar inilah cikal bakal lahirnya bibit atlit-atlit handal yang akan mengharumkan nama bangsa di kancah olahraga Internasional jika dilakukan pembinaan yang terprogram dengan baik ”Ma'mun,dkk” (2001:42).

2. Konsep Servis Bawah



Gambar 1. Persiapan Pada servis Bawah Bola Voli

(Sumber : Barbara,1996:30)

Menurut Muhajir (2006:08) Servis : “ Tindakan memukul bola oleh seorang pemain belakang yang dilakukan dari daerah servis, langsung kelapangan lawan. Servis merupakan aksi untuk memasukkan bola kedalam permainan. Keberhasilan suatu servis tergantung pada kecepatan bola, jalan dan perputaran bola serta penempatan bola ketempat kosong,,kepada pemain garis belakang. kepada pemain yang melakukan perpindahan tempat “.Menurut faruq (2009:06) Servis bawah adalah : “ memukul bola dengan salah satu tangan terkuat bisa tangan kanan atau tangan kiri yang di mulai dari bawah dengan mengayunkan lengan tersebut dengan keras dan kuat sehingga bola bisa melewati net dan masuk ke dalam lapangan”. Berdasarkan pendapat peneliti, dapat disimpulkan bahwa : Servis bawah bola voli merupakan salah satu bentuk permainan bola besar yang mempunyai tujuan untuk mencari nilai atau angka sebanyak banyaknya dengan cara bola di pukul sampai melewati net dan jatuh di lapangan lawan.

Sehingga dengan melakukan servis yang kuat atau keras dapat memberikan tingkat kesulitan sendiri bagi sipenerima servis.permainan bola voli merupakan jenis olahraga yang menggunakan bola besar, dimainkan dengan tangan . bola voli di mainkan oleh dua tim di mana tiap tim beranggotakan dua samapi dengan enam orang dalam suatu lapangan berukuran tiga puluh kaki persegi (9m) bagi setiap tim, dan kedua tim dipisahkan oleh sebuah net. Tujuan utama dari setiap tim adalah Memukul bola kearah bidang lapangan musuh sedemikian rupa agar lawan

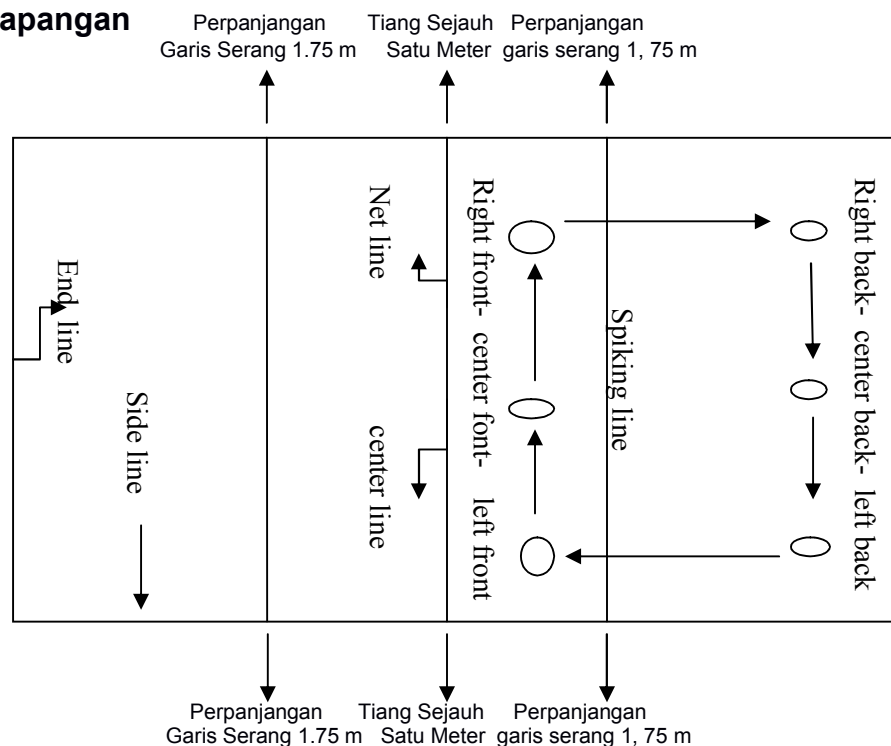
lawan tidak dapat mengambil bola “Barbara, dkk (1996:02).

Tiap regu berusaha menempatkan bola di daerah lawan agar mendapat angka (Point). Regu yang pertama mencapai angka dua lima adalah regu yang menang” Muhajir “ (2006:05)”.

3. Fasilitas Permainan Bola Voli

Permainan bola voli tidak terlalu sulit dikembangkan, hal ini dapat kita lihat pada setiap tim sekolah, lapangan di perumahan telah tersedia fasilitas untuk permainan bola voli Fasilitas permainan bola voli sebagai berikut :

a). Lapangan



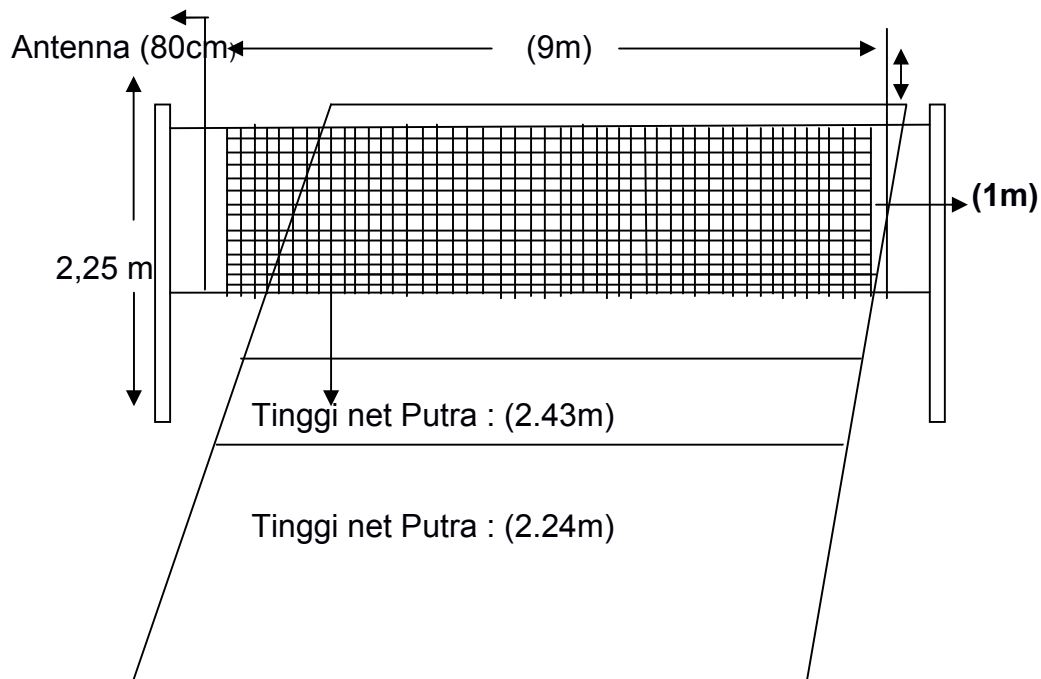
Gambar 2. Lapangan Bola Voli

(Sumber: Robinson,1997:13)

Lapangan bola voli berbentuk empat persegi panjang, dan ukuran: panjang lapangan delapan belas meter , lebar lapangan 9m, lapangan di batasi garis yang lebarnya 5cm. lapangan bola voli terbagi 2 bagian yang luasnya 9m x 9m. Di tengah lapangan di batasi garis tengah yang membagi lapangan menjadi dua bagian sama besar.

b). Jaring (Net)

Jaring (Net) adalah alat yang di gunakan untuk membatasi para pemain. Jaring yang di gunakan untuk permainan bola voli berukuran : panjang jaring 9.50 meter, lebar jaring 1.00 meter,petak-petak/ mata jaring 10 x 10 cm.jaring di pasang pada tiang yang terdapat diluar dari masing-masing garis samping. Tinggi jaring untuk pria 2.43 m dan wanita 2.24 m.



Gambar 3. Jaring Net Dalam Permainan Bola Voli

(Sumber: Yamin, 2007:15)

c). Tongkat (Rod)

Di dalam pertandingan bola voli yang sifatnya nasional atau internasional, diatas batas samping jaring di pasang tongkat (Rod) yang menonjol keatas setinggi 80 cm dari tepi jaring. Tongkat itu terbuat dari bahan fiberglass dengan ukuran 180 cm dari garis tengahnya 1 cm. Tongkat di beri warna kontras secara berselang-seling, misalnya merah-putih atau hitam-putih, dengan panjang 10 cm untuk setiap warna.

d). Bola



Gambar 4. Bola Voli

(Sumber: Yamin,2007:16)

Bola yang di gunakan harus bulat, terbuat dari kulit yang di dalamnya terbuat dari karet atau bahan lain yang semacamnya. Berat bola voli 250-280 gram, keliling bola antara 65-67 cm.

1. Hakikat Latihan Kekuatan

Kekuatan adalah kemampuan otot untuk melakukan kontraksi guna membangkitkan ketegangan terhadap suatu tekanan. Kekuatan otot adalah komponen yang sangat penting guna meningkatkan kondisi fisik secara

keseluruhan. Hal ini disebabkan : “kekuatan merupakan daya penggerak setiap aktifitas fisik dan kekuatan memegang peranan yang penting dalam melindungi atlet atau orang dari kemungkinan cedera”.

2. Peranan Angkat Tubuh Terhadap permainan Bola Voli

Menurut Nurhasan (2001:137) angkat tubuh ialah: “ Untuk mengukur kekuatan dan daya tahan otot lengan dan otot bahu sehingga dengan melakukan latihan tes angkat tubuh atau angkat tubuh dapat berpengaruh dengan servis bawah bola voli”.

Menurut “ Muhajir (2006:163) angkat tubuh adalah : “ untuk mengukur kekuatan dan daya tahan otot lengan dan otot bahu, serta mengukur kemampuan fisik siswa “. Menurut Ismaryati (2008:120) angkat tubuh ialah:” untuk mengukur daya tahan lengan dan bahu dalam gerakan menarik tubuh keatas”.

Untuk melakukan latihan angkat tubuh yang baik dan penguasaan tehnik , yaitu bagaimana cara menggerakkannya, juga perlu kekuatan dan daya tahan yang di miliki oleh seorang pemain karena ia harus bergerak mengangkat tubuh. Dengan kekuatan dan daya tahan yang baik akan membantu seorang pemain mampu untuk melakukan servis bawah yang baik. (Nurhasan,2001:137). Melihat uraian diatas, maka peranan latihan angkat tubuh sangatlah berperan dalam pemanfaatan pada servis bawah bola voli yang sama sama membutuhkan kekuatan dan daya tahan otot lengan dan bahu.

B. Teori Rancangan Alternatif

Penelitian Tindakan Kelas secara garis besar, pada umumnya mengenal empat langkah penting, **Plan (Perencanaan)**, **act (Tindakan)**, **observe (Pengamatan)** dan **reflect (Perenungan)** atau singkat **PAOR** yang dilakukan secara intensif dan sistematis atas seseorang yang mengerjakan pekerjaan sehari-hari ...”(Sukardi, 2008:212). dari uraian di atas peneliti menyimpulkan bahwa penelitian tindakan kelas dapat dilakukan dimana saja, bisa di dalam ruangan atau di luar ruangan kelas. Sehingga pada intinya harus ada siswa atau sekelompok anak yang sedang mempelajari sesuatu atau sedang belajar. Penulisan dalam penelitian tindakan berfungsi sebagai pengamat, pengawas, pemberi saran dan pelaku praktis serta sebagai penentu dalam penelitian sistematis yang dilakukan sehingga tercapai tujuan sesuai yang diharapkan.

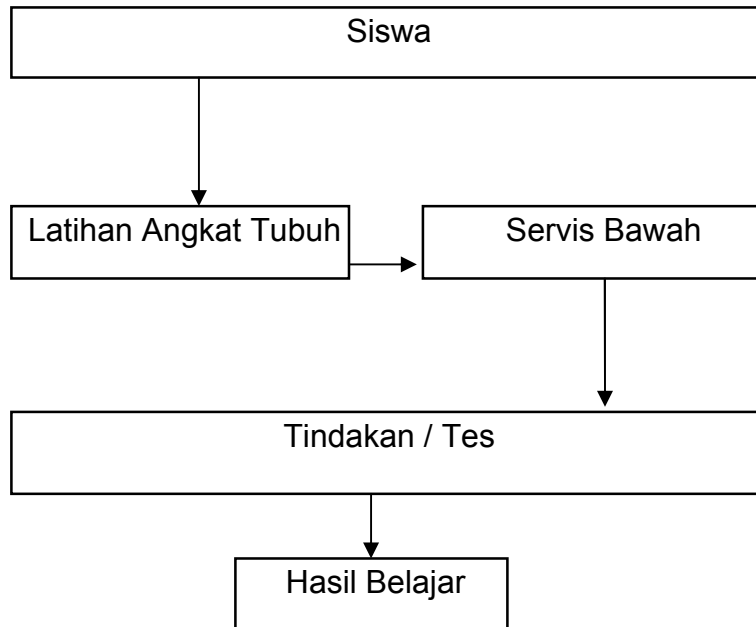
C. Kerangka Berfikir

Pembelajaran Servis bawah merupakan suatu proses belajar yang dilakukan dengan cara bimbingan, pemberian pengetahuan atau materi dari guru kepada siswa di dalam suatu proses pembelajaran yang terprogram. Banyak pendekatan pembelajaran yang merangsang siswa untuk belajar mandiri, kreatif dan lebih aktif dalam mengikuti kegiatan pembelajaran. Salah satu pendekatan pembelajaran yang digunakan dalam pembelajaran pendidikan jasmani yang memberikan kesempatan kepada siswa untuk belajar mandiri, aktif, kreatif dan terutama pembelajaran yang

menyenangkan. Maka akan mendorong siswa untuk menyenangi dan memotivasi mereka untuk terus belajar, dengan demikian Diharapkan dapat meningkatkan hasil belajar Servis bawah dalam permainan bola voli. Melihat kenyataan yang ada di MTs Al Ikhlas Jayaloka banyak siswa yang belum bisa menguasai tehnik Servis bawah dengan baik. Dengan demikian Dalam upaya meningkatkan kemampuan servis bawah maka peneliti menggunakan latihan angkat tubuh sehingga dirasa dapat meningkatkan hasil belajar servis bawah siswa kelas VII MTs Al-Ikhlas Jayaloka, maka dari itu perlu dilakukan penelitian tindakan kelas menggunakan Pembelajaran Kebugaran Jasmani Materi Kekuatan Otot Lengan (Gantung Siku Tekuk). Dengan penelitian ini maka dapat menjadi gambaran dan acuan untuk meningkatkan hasil belajar servis bawah.

Dengan demikian untuk meningkatkan hasil belajar servis bawah. pembelajaran permainan bola voli ke depannya dapat terlaksana dengan efektif dan efisien. Penelitian tindakan kelas (PTK) dalam meningkatkan hasil belajar servis bawah dengan menggunakan media Pembelajaran Kebugaran Jasmani Materi Kekuatan Otot Lengan (Gantung Siku Tekuk) dirasa penting, maka peneliti mengambil judul penelitian “ Upaya meningkatkan kemampuan servis bawah bola voli melalui Pembelajaran Kebugaran Jasmani Materi Kekuatan Otot Lengan (Gantung Siku Tekuk) pada siswa kelas VII MTs Al-Ikhlas Jayaloka. Berikut Diagram Kerangka Berpikir Penelitian:

Gambar 5. Kerangka Konseptual Penelitian



D. Hipotesis Penelitian

Berdasarkan kerangka berpikir di atas maka *hipotesis* penelitian tindakan ini adalah: “ Penerapan Pembelajaran Kebugaran Jasmani Materi Kekuatan Otot Lengan (Gantung Siku Tekuk) dapat meningkatkan hasil belajar Servis bawah bola voli siswa kelas VII MTs Al Ikhlas jayaloka”.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis penelitian

Dalam memecahkan masalah sangat diperlukan suatu cara atau metode, Karena metode merupakan faktor yang penting dalam menentukan keberhasilan dari suatu penelitian terhadap subjek yang akan di teliti. Dalam hal ini peneliti ingin menggunakan metode penelitian tindakan (*class room action regens*) yang akan di laksanakan pada siswa dan siswi kelas VII MTs AL-IKHLAS Jayaloka tahun ajaran 2013/2014.

Penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas. Penelitian tindakan kelas merupakan suatu penceremataan terhadap kegiatan yang di sengaja di munculkan, dan terjadi pada sebuah kelas. Pihak yang melakukan adalah guru sendiri, sedangkan yang melakukan pengamatan adalah guru sendiri, sedangkan yang melakukan pengamatan terhadap berlangsungnya proses tindakan adalah peneliti, bukan guru yang sedang melakukan tindakan.pelaksanaan penelitian ini melibatkan pengajar dan peserta didik. penelitian tindakan ini dilakukan melalui putaran yang setiap siklus terdiri dari tes awal, rencana, tindakan, observasi,dan refleksi.

B. Tempat dan Waktu Pelaksanaan Penelitian Tindakan Kelas

1. Tempat Penelitian

Penelitian dilaksanakan di MTs AL-IKHLAS Jayaloka.

2. Waktu Penelitian

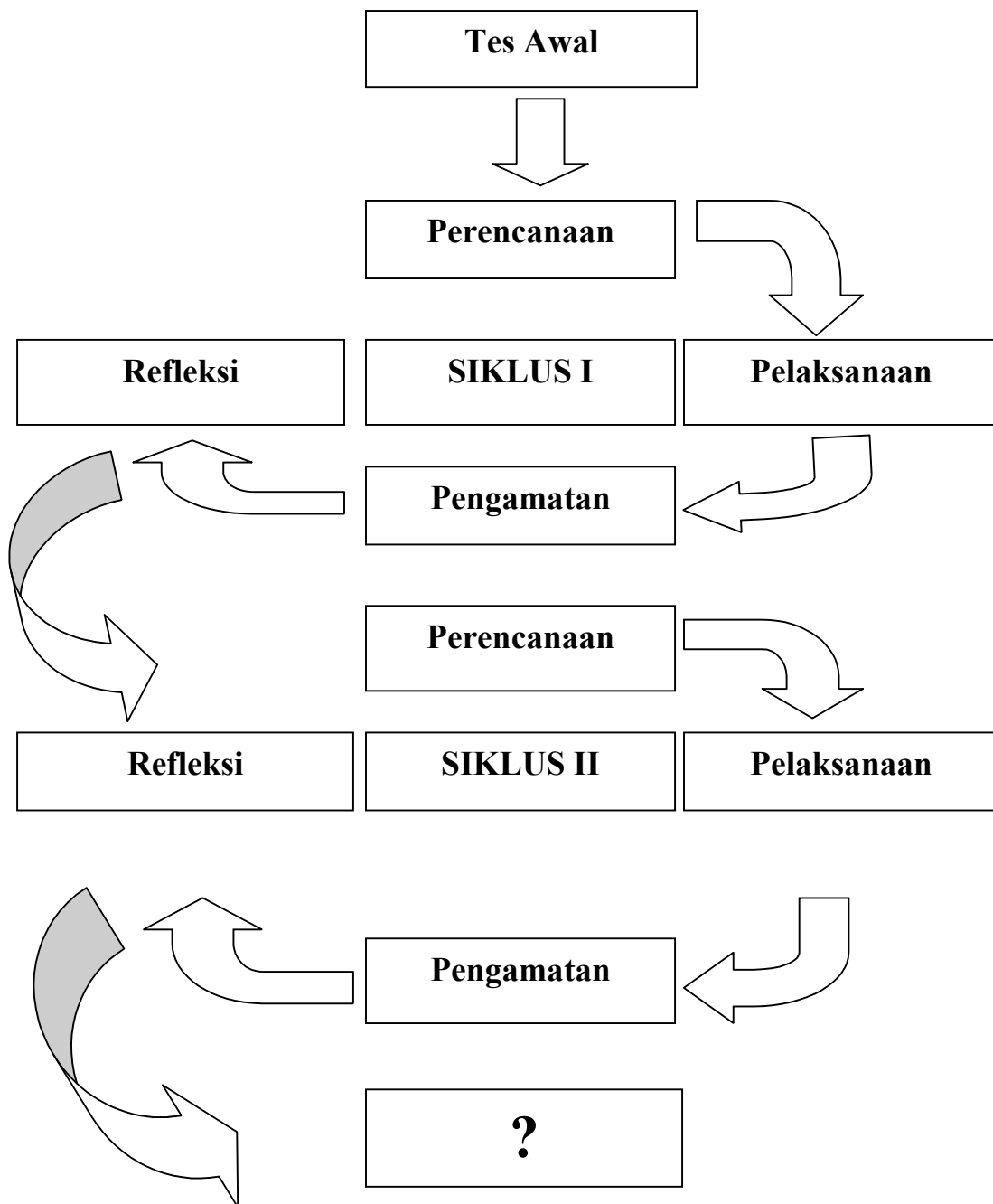
Penelitian dilaksanakan pada semester genap tahun ajaran 2013 / 2014. 6 sampai dengan 17 Januari 2014.

C. Subjek Penelitian

Subjek penelitian ini adalah siswa siswi kelas VII Semester ganjil MTs AL-IHKLAS Jayaloka tahun ajaran 2013/2014, yang diambil sebesar 21 siswa yang terdiri dari 12 putra dan 9 putri.

D. Prosedur Penelitian Tindakan

Hal hal yang harus di perhatikan dalam model proses penelitian tindakan yakni, setiap proses putaran mempunyai kegiatan yang berbeda dalam arti proses penelitian pertama merupakan awal dari proses, sedangkan penelitian putaran kedua Merupakan kelanjutan dari putaran yang pertama. Dan seterusnya. putaran kedua dilakukan setelah mengetahui hasil tes pertama. Sehingga mencapai peningkatan hasil.



Gambar 6: Model Penelitian tindakan Kelas

Sumber : (Suharsimi, 2006:16)

Proses Pelaksanaan Penelitian Tindakan

SIKLUS I

1. Tahap Perencanaan

- a. Menyiapkan materi program latihan angkat tubuh yang akan di berikan kepada siswa pada siklus pertama. Program latihan ini dilaksanakan selama 6 kali pertemuan, pada siklus I ini sebanyak 3 kali pertemuan, yaitu pertengahan bulan Januari 2014 dengan perincian sebagai berikut.
 1. Latihan dilakukan 3 kali seminggu .
 2. Latihan dilaksanakan setiap senin, rabu dan Jumat..
 3. Latihan di laksanakan pada sore hari mulai pukul 15.30 – 17.00
 4. 3 kali pertemuan untuk melaksanakan latihan servis bawah bola voli dan tes siklus I
 5. 3 kali pertemuan untuk melaksanakan latihan servis bawah bola voli dan tes siklus II
- b. Menyiapkan alat alat dan bahan yang dibutuhkan dalam pelaksanaan tes awal dan siklus I kepada siswa berupa tes kemampuan teknik dalam servis bawah bola voli
- c. Menyiapkan semua sarana yang di gunakan dalam proses pembelajaran untuk meningkatkan kemampuan tehnik dalam servis bawah bola voli melalui latihan angkat tubuh.

2. Tahap Pelaksanaan

- a. Mengidentifikasi materi peningkatan kemampuan teknik servis servis bawah bola voli melalui latihan angkat tubuh
- b. Melaksanakan tes awal dan tes akhir siklus I kepada siswa berupa tes kemampuan teknik dalam servis bawah bola voli.

Sebelum melaksanakan tes ini ada beberapa hal yang perlu disiapkan yaitu sebagai berikut :

1. Perlengkapan

- a) Lapangan bola voli yang datar
- b) Net dan tiang net
- c) 2 buah tiang untuk angkat tubuh
- d) 4 buah bola voli
- e) Stopwatch dan pluit
- f) Alat tulis

2. Petugas

- a) Petugas observasi tehnik dalam melakukan servis bawah bola voli
- b) Pengawas atau pencatat skor

3. Pelaksanaan tes

- a) Siswa di kumpulkan dengan formasi baris empat berbanjar dan di beri pengarahan.
- b) Siswa di panggil satu persatu.
- c) Siswa berdiri di belakang lapangan permainan bola voli.
- d) Bola diletakkan di belakang garis batas tepi lapangan.

- e) Servis dilakukan tidak menginjak garis batas tepi lapangan sampai bola melewati net permainan bola voli
- f) Apabila bola masuk dan dilakukan dengan tidak menyangkut di net / melewati net, servis tersebut dinyatakan sah dan mendapat nilai sesuai dengan ketentuan di lapangan yang telah diberi nilai dan apa bila tidak masuk mendapat nilai nol.
- g) Indikasi keberhasilan tindakan dari kemampuan tehnik dalam melakukan servis bawah bola voli siswa keberhasilan 80% dengan kategori baik.

4. Tahap Pengamatan dan evaluasi

Melakukan pengamatan pada waktu PBM berlangsung dengan menggunakan alat ukur berupa lembar pengamatan dan evaluasi (format penilaian) yang telah disiapkan. Pengamatan dilakukan peneliti dengan dibantu oleh kolaborasi yang ditentukan adalah teman sejawat sesama guru di MTs Al-Ikhlas yaitu Agus Wibowo dan Kepala Sekolah MTs Al-Ikhlas Ibu Ummu Habibah S.sos I

5. Refleksi

pengamatan yang telah dilakukan Kepala Sekolah dan teman sejawat akan menjadi acuan bagi peneliti dalam menentukan berhasil atau tidaknya pembelajaran yang peneliti lakukan. Dan kalau masih terdapat kekurangan – kekurangan , maka harus disusun kembali rencana pembelajaran yang akan dilaksanakan pada siklus II nantinya.

SIKLUS II

Seperti halnya siklus pertama, siklus kedua pun terdiri dari perencanaan, pelaksanaan, pengamatan, dan refleksi. Materi perancangan latihan servis bawah bola voli melalui latihan angkat tubuh di rancang harus dengan jenis materi yang sesuai agar dapat memperbaiki hasil proses dari siklus pertama dalam peningkatan kemampuan melakukan servis bola voli. Pada siklus II jumlah pertemuan sebanyak tiga kali pertemuan, uraian kegiatan pada siklus II adalah sebagai berikut :

1. Tahap Perencanaan

- a. Menyiapkan materi program latihan melakukan servis bawah bola voli melalui latihan angkat tubuh.
- b. Menyiapkan alat alat dan bahan yang di butuhkan dalam pelaksanaan siklus II kepada siswa berupa tes kemampuan teknik servis bawah bola voli.
- c. Menyiapkan semua sarana prasarana yang digunakan dalam proses pembelajaran untuk meningkatkan kemampuan teknik servis bawah bola voli melalui latihan angkat tubuh

2. Tahap Pelaksanaan

- a. Mengidentifikasi materi peningkatan kemampuan teknik servis bawah bola voli melalui latihan angkat tubuh.
- b. Melaksanakan tes akhir siklus II kepada siswa berupa tes kemampuan teknik dalam servis bawah bola voli.

- c. Indikasi keberhasilan tindakan dari kemampuan tehnik dalam melakukan servis bawah bola voli siswa dengan keberhasilan 80% dengan kategori baik.

3. Tahap Pengamatan

- a. Penulis mengamati proses latihan melakukan servis bawah bola voli melalui latihan angkat tubuh.
- b. Penulis melakukan pengamatan dan penilaian terhadap hasil siklus II keterampilan melalui servis bawah bola voli.

4. Refleksi

Hasil siklus II menunjukkan peningkatan partisipasi. terjadi peningkatan karena menggunakan Pembelajaran kebugaran jasmani materi kekuatan otot lengan yang lebih menarik perhatian dari pembelajaran sebelumnya dalam melakukan servis bawah bola voli. Penggunaan materi ini bias meningkatkan kemampuan servis bawah bola voli. Peningkatan partisipasi juga terjadi karena guru berusaha melibatkan siswa dalam pembelajaran, Guru juga berhasil dalam memotivasi dan membimbing siswa dalam kegiatan Tanya jawab. Peningkatan pemahaman siswa juga terjadi karena peningkatan partisipasi belajar sehingga dalam penerapan kebugaran jasmani materi kekuatan otot lengan benar- benar dapat meningkatkan kemampuan servis bawah di MTs Al-Ikhlas Jayaloka Kabupaten Musi Rawas.

E. Instrumen penelitian

Tes servis bawah terdahulu pernah dilakukan oleh cicih (2010) dengan

Judul “ Penggunaan Latihan kekuatan angkat lengan Untuk Meningkatkan Kemampuan Servis Bawah Bola Voli Pada Siswa Kelas V SD Negeri 1 Mekarsari, Kecamatan Cimerak, Kabupaten Ciamis ”.

Instrumen pengumpulan data adalah alat yang peneliti gunakan untuk mengumpulkan data penelitian sehingga terkumpul data yang peneliti inginkan. Adapun instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah berupa :

1. Observasi

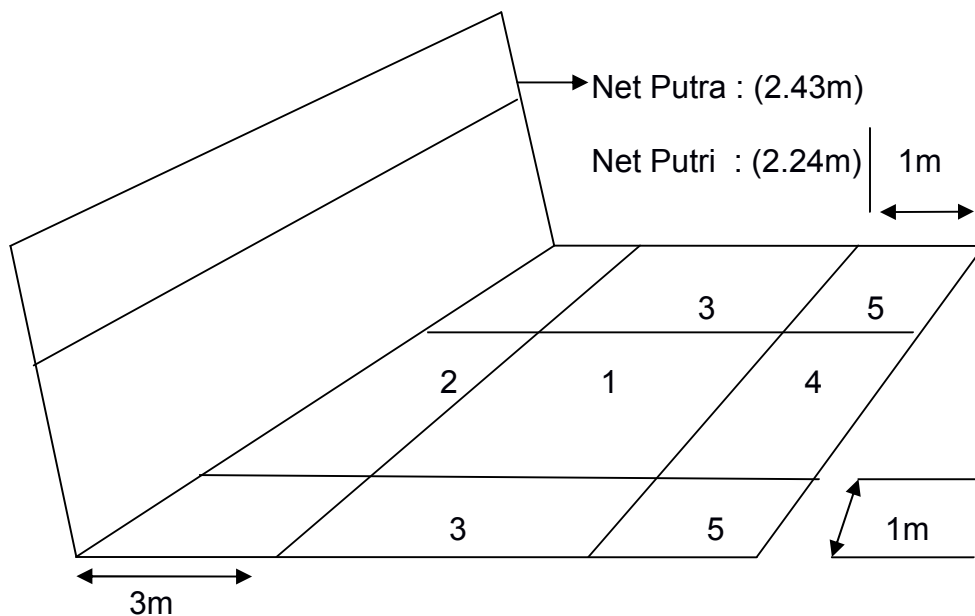
Peneliti mengamati proses latihan melakukan servis bawah bola voli melalui latihan angkat tubuh. Dan melakukan pengamatan serta penilaian terhadap hasil siklus II keterampilan melalui servis bawah bola voli.

- a. Lembar observasi/pengamatan, yaitu suatu instrumen dengan menggunakan pedoman observasi yang berisi tentang aktifitas yang dilakukan guru dan siswa pada saat pembelajaran.
- b. Lembar Observasi aktifitas guru, lembar pengamatan yang berisi aspek-aspek penilaian terhadap aktifitas yang dilakukan guru selama pembelajaran.
- c. Lembar Observasi proses ketrampilan servis bawah bola voli siswa.

2. Test

Siswa melakukan tes kemampuan servis bawah bola voli setelah melalui pembelajaran kebugaran jasmani dengan materi kekuatan otot lengan. Siswa melakukan servis bawah bola voli dengan tehnik yang benar

dan diberikan 3 kali kesempatan servis. Jika tehnik yang dilakukan siswa benar mendapatkan poin 1 jika salah poin 0. Dan jika bola melewati net dan masuk kelapangan sebelah setelah melewati net maka mendapatkan nilai 1 jika tidak masuk mendapatkan nilai 0.



Gambar 7: Lapangan Untuk Tes Servis Bawah Bola Voli

(Sumber: Nurhasan, 2001:172)

Table 1.

Lembar Observasi Aktifitas Guru

No	Aspek	Kategori	
		Ya	Tidak
1	Guru membimbing siswa mengatur barisan		
2	Guru mengecek kehadiran siswa		
3	Guru membimbing siswa melakukan pemanasan		
4	Guru menjelaskan cara melakukan latihan untuk meningkatkan tehnik dasar servis bawah		
5	Guru mendemonstrasikan tehnik latihan dengan benar		
6	Guru mendemonstrasikan servis bawah		
7	Guru membimbing siswa melakukan latihan		
8	Guru memberikan motivasi dan dorongan agar siswa/l lebih tenang.		
9	Guru membimbing siswa melakukan Pendinginan		
10	Guru melakukan evaluasi untuk mengetahui kemampuan siswa/l melakukan servis bawah.		

Yang mengobservasi

UMMU HABIBAH. S.Sos.I

Catatan :.....

Tabel 2.

Lembar Observasi Aktivitas Siswa

No	Aspek	Kategori	
		Ya	Tidak
1	Siswa berbaris rapi		
2	Siswa memperhatikan guru saat mengecek kehadiran		
3	Siswa melakukan pemanasan		
4	Siswa memperhatikan penjelasan guru		
5	Siswa memperhatikan demonstrasi yang dilakukan guru.		
6	Siswa melakukan latihan untuk meningkatkan tehnik servis bawah		
7	Siswa melakukan servis bawah dengan benar		
8	Siswa melakukannya dalam keadaan tenang		
9	Siswa melakukan pendinginan		
10	Siswa mengikuti evaluasi		

Yang mengobservasi

AGUS WIBOWO

Catatan :

Tabel 3.

**Lembar Observasi Proses Keterampilan siswa Melakukan Servis Bawah
Bola Voli.**

Nama Siswa :

Kelas / Semester : VII / Genap

No	Aspek Yang Dinilai	Kategori	
		Ya	Tidak
1	Berdiri dibelakang garis lapangan, posisi melangkah		
2	Posisi badan dibungkukkan		
3	Salah satu tangan memegang bola		
4	Berat badan bertumpu pada tungkai kaki belakang		
5	Bola dilambungkan keatas		
6	Tangan yang melakukan servis diayunkan kebelakang		
7	Bola dipukul dengan tangan sementara lengan diluruskan lalu Tubuh bagian atas ditegakkan		
8	Bola jatuh dilapangan target melewati net (Servis 1)		
9	Bola jatuh dilapangan target melewati net (Servis 2)		
10	Bola jatuh dilapangan target melewati net (Servis 3)		
Jumlah			

Yang mengamati,
Peneliti

ZULHAJJI

Catatan :

Tabel 4.
Kategori Penilaian

No	Perolehan Nilai	Klasifikasi Nilai
1	9 – 10	Sangat baik
2	7 – 8	Baik
3	5 – 6	Sedang
4	3 - 4	Kurang
5	1 – 2	Kurang Sekali

Kategori Ya : Nilai 1

Kategori Tidak : Nilai 0

F. Tehnik Pengumpulan Data

Tehnik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan :

1. Observasi guru dan siswa, yaitu observasi yang dilakukan oleh kepala madrasah dan teman sejawat untuk melihat kekurangan dan kelebihan guru dan siswa selama poses pembelajaran.
2. Penilaian keterampilan tehnik dasar servis bawah bola voli yang dilakukan siswa / i .
3. Dokumentasi. Yaitu berupa foto-foto kegiatan yang peneliti ambil selama peneliti melakukan pembelajaran, dengan adanya foto-foto tersebut akan lebih memudahkan peneliti melihat hasil dari penelitian tersebut.

G. Tehnik Analisa Data

Sesuai dengan masalah yang akan diteliti, maka alat ukur yang digunakan untuk mengumpulkan data adalah tes ketepatan servis bawah dalam menempatkan bola, tes awal dan tes akhir menggunakan tes ini yaitu servis sebanyak 3 kali kesempatan servis bawah. Setelah di peroleh jumlah skor hasil servis, maka akan dianalisis dengan menggunakan rumus sebagai berikut :

1. Untuk Menilai Hasil Tes Praktek Siswa/i

$$\overline{X} = \frac{\sum \text{jumlah Nilai siswa}}{\sum \text{Jumlah Nilai Maksimal}} \times 100\%$$

2. Untuk menilai Rata rata tes praktek siswa/i

$$\overline{X} = \frac{\sum X}{\sum N}$$

Keterangan :

\overline{X} = Nilai Rata Rata

$\sum X$ = Jumlah Semua Nilai siswa

$\sum N$ = Jumlah Siswa

3. Untuk ketuntasan belajar

Ada dua kategori ketuntasan belajar yaitu secara perorangan dan secara klasikal. Berdasarkan petunjuk pelaksanaan belajar mengajar kurikulum 1994 (Depdikbud,1994) yaitu siswa telah tuntas belajar bila dikelas tersebut mendapatkan 80% yang telah mencapai daya serap dari sama

dengan menghitung persentase ketuntasan belajar di gunakan rumus sebagai berikut :

$$P = \frac{\sum \text{siswa yang tuntas belajar}}{\sum \text{siswa}} \times 100\%$$

Batasan ketuntasan yang digunakan dalam penelitian ini adalah batasan kelulusan Purposif yang mengacu pada penelitian dan sebagai acuan patokan artinya bila siswa mampu mencapai 67% atau lebih dinyatakan tuntas, angka 67% dari nilai 67 (nilai minimal) dibagi 100 dan dikali 100%.Sedangkan untuk menghitung lembar observasi aktifitas guru dan siswa digunakan rumus sebagai berikut :

$$\bar{X} = \frac{P_1 + P_2}{2}$$

Dengan

$$P = \frac{\bar{X}}{\sum X} \times 100\%$$

Keterangan :

P = Persentase Angket

\bar{X} = Rata-Rata

$\sum X$ = Jumlah Rata-Rata

P₁ = Pengamat Satu

P₂ = Pengamat Dua

J. Indikator Keberhasilan

Setelah didapatkan skor total kemudian akan didapatkan nilai keberhasilan siswa dengan cara mengubah jumlah skor siswa menjadi nilai dengan ketentuan yang telah peneliti tetapkan sebelumnya, supaya bisa menentukan siswa siswa yang sudah tuntas dan yang belum. Dan untuk standar ketuntasan dalam pembelajaran servis bawah bola voli ini adalah skor 67 untuk masing –masing siswa. Sehingga apabila siswa belum mencapai nilai 67 berarti tehnik dasar servis bola voli belum bias dikatakan baik, nilai KKM 67 keputusan rapat Kepala madrasah dan majlis guru MTs Al-Ikhlas Kecamatan Jayaloka Kabupaten Musi Rawas. Dengan perhitungan KKM sebagai berikut :

$$\text{KKM} = \frac{\text{Jumlah KKM Indikator}}{\text{Banyak Indikator}}$$

$$\text{KKM} = \frac{134}{2}$$

$$\text{KKM} = 67.$$